A full moon is positioned in the upper center of a deep blue sky. Below the sky, a dark silhouette of mountains stretches across the horizon. In the foreground, a body of water reflects the moon's light, creating a shimmering path that leads from the bottom center towards the horizon. The overall scene is serene and atmospheric.

Tra l'indice e
il pollice tenevo
la luna

Avasa

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Avasa

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Tutti i testi sono di Bodhi Avasa

A cura di Dioni Riccardo Lautizi, Shakti Caterina Maggi

Foto (tranne copertina) di Shakti Caterina Maggi

Informazioni su Avasa [www. bodhiavasa. net](http://www.bodhiavasa.net)

©@@ “Tra il mio indice e il pollice” di Adrian G..A. Meyers aka [Bodhi Avasa](http://www.bodhiavasa.net), prima edizione aprile

2013 . Tutti i diritti di riproduzione e pubblicazione dell’opera in parte o nella sua totalità a mezzo stampa o altro mezzo di comunicazione sono riservati in base alle norme della Creative Commons Licences.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Prefazione dei Curatori

Ogni frase è libertà pura e noi siamo chiamati a permettere a questa libertà di entrare nelle nostre vite. Gli spazi tra le righe nei saggi sono un invito per il lettore a realizzare la verità che è dietro ciascun paragrafo. La conclusione non è alla fine ma in ogni comprensione che sorge durante la lettura.

Anglesey, United Kingdom

Aprile, 2013

Dioni Riccardo Lautizi

"Tra l'indice e il pollice tenevo la luna"....Questo libro parla di un tempo in cui non eri disconnesso da ciò che era attorno a te, un tempo in cui l'illusione della paura e della sofferenza non dettavano i tuoi giorni e la tua vita. Indica la possibilità, sempre presente, di vedere di nuovo quello che è vero di noi, di vederlo proprio adesso, e argomenta che in un certo senso l'unica cosa che impedisce questo riconoscimento è l'illusione che non sia così.

Guida il lettore attraverso e fuori i labirinti della mente, dimostrando come in realtà nessuno sia mai stato imprigionato o legato da niente, neppure dalla taglia del corpo o dalla lunghezza di una vita.

Questo libro rivela l'assoluta libertà di Se stessi da ogni concetto o immagine che la mente intrattenga su di sé, dalle proprie storie o drammi, inclusi quelli che riguardano l'illuminazione o la realizzazione del Sé. Afferma con chiarezza e in modo pratico il fatto che non ci sia nessuno qui, neppure qualcuno che stia scrivendo queste parole o che le stia adesso leggendo.

Questo libro infine mostra l'assoluta interdipendenza delle apparenti parti della creazione che si svelano come una Unica Coscienza ininterrotta, mostrando la possibilità perché si manifesti un nuovo mondo in cui l'umanità può vivere in pace.

Questo messaggio conserva in sé la natura paradossale della Verità: esso è compreso davvero solo quando già lo si sta vivendo, e allora queste parole diventano semplicemente la conferma esteriore di un riconoscimento intuitivo già in corso. Insomma, se ti trovi questo libro tra le mani è perché già stai tornando a casa. Avasa è un messaggero straordinario, o meglio è il suo messaggio. Non c'è nessuna separazione tra quello che dice o come lo dice e quello che è nella sua vita di ogni giorno.

Condividendosi condivide il vero Sé che vive attraverso tutte queste forme, inclusa quella che chiami la tua o la mia forma. Allora, dato che questo è il messaggio che Tu stai dando a Te Stesso, perché immaginare che ancora manchi qualcosa?!

Milano, Italia

Aprile, 2013

Shakti Caterina Maggi

Indice

<i>Prefazione dei curatori</i>	p.5
<i>Un messaggio dall'Autore</i>	p.7
Tra l'indice e il pollice.....	p.9
La ricerca.....	p.11
Scelta.....	p.14
Desiderio.....	p.16
Nessuna separazione.....	p.18
Vedere e comprendere.....	p.20
Innamorarsi.....	p.25
Illuminazione di massa.....	p.27
QUESTO, la Sorgente.....	p.28
Guarigione.....	p.30
Io sono Consapevolezza.....	p.32
Reclamare.....	p.34
Morte.....	p.37
Vedere.....	p.39
Sentire la paura.....	p.42
Nessuno da illuminare.....	p.43
Me + Te = Uno.....	p.44
Sii te stesso.....	p.47
Sannyas.....	p.49
L'aiutante.....	p.51
In caduta libera.....	p.53
Risognare il mondo.....	p.55
Sorpresa.....	p.56
La strada verso casa.....	p.57
La Vita è bella.....	p.61

Un messaggio dall'Autore

Man mano che diventiamo più svegli, cose che abbiamo letto e che ci avevano toccato profondamente a volte possono farlo ancora di più, connettendosi a qualcosa che viene riflesso nella nostra vita. Potrebbe arrivare un momento in cui quella profondità scompare e quello che leggiamo è quello che è presente nella nostra coscienza, nella nostra verità. A questo punto vediamo che quello che viene scritto e letto e intuitivamente compreso era tutto il nostro agire, la nostra stessa creazione. A questo punto è chiaro che tutto è una Unica Coscienza che gioca a risvegliare se stessa.

Buona lettura,

Avasa

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna



Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Tra l'indice e il pollice

Mi ricordo bene di quando ero piccolo
Tra l'indice e il pollice
tenevo la luna.

Quelle luci scintillanti nel cielo notturno
Le carezzavo e le toccavo mentre volavo attraverso l'oscurità.

Non mi avevano detto allora del tempo
Era solo la durata della rima di una ninna nanna nell'occhio della mia mente.

Io ero lo spazio in cui le cose erano
Uno spazio vuoto e nulla di più.
Fino a che non mi hanno insegnato
Che quella distanza che non potevo vedere era tutta attorno a me e lontana da me
E io ho creduto loro.

Collassato dalla radianza sono caduto
nelle costrizioni di un inferno
di una taglia e di una durata di una vita.

C'erano quei momenti in cui da solo
Assaggiavo la mia casa senza tempo
Quando tutto era in me.

Sempre meno e sempre meno quei momenti vennero
mentre divenivo familiare
Con il nome con cui mi chiamavano.

Dalla mia vasta bellezza rapito,
Con pensieri di tortura mi sentivo maledetto,
Tempo e spazio il mio abbaglio.

Soffrendo il senso di separazione
Mi ritrovai disperato una notte fredda e umida
Guardando il cielo stellato implorai
Di conoscere la ragione, il perché

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Con in mano il coperchio di una lattina arrugginita.
Non c'era desiderio di andare avanti nel tempo
Assieme alla massa dalla mentalità da pecore.

Improvvisamente ero di nuovo colui che vedeva la scena globale
E tutto quello che c'è
Era conosciuto e compreso.

Quel singolo lampo di luce eterna
aveva spazzato via le illusioni di una notte
In un sol colpo.

Ho iniziato da lì
A vivere di nuovo,
ho cantato il vento e danzato la pioggia
E nessuno mi vedeva.

Perché tutti sono impegnati a guardare fuori,
Se solo si fossero voltati
E mi avessero visto.

Conoscere quel vuoto di nuovo
È lo scopo di ogni desiderio
di conoscermi.

Non importa quanto proviamo
Non c'è risposta alla domanda perché,
Semplicemente cessa di chiedere.

Questo luogo da cui non mai sfuggi via
È il luogo di riposo, il me eterno
La domanda e la risposta.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

La ricerca

Come ricercatori spirituali stiamo cercando, perché c'è la sensazione che qualcosa manchi nell'esperienza del corpo/mente. E questo senso di mancanza che dà luogo alla ricerca, in effetti l'azione della ricerca non è in alcun modo personale. In essa non c'è alcun ricercatore in quanto tale, ma semplicemente l'azione di ricerca causata dalla sensazione di una mancanza di qualcosa.

Non si riconosce ciò che è già presente e ciò che è trascurato è allora cercato, come se si trovasse altrove. Ciò che è presente è il nulla, che è la sorgente di tutte le cose, ma poiché la sua natura è priva di ogni descrizione, quando lo si cerca lo si fa come se fosse un qualcosa e quindi non lo si riconosce per ciò che veramente è. Il nulla, quando cercato come un qualcosa, viene ignorato anche se è sempre presente.

C'era un tempo per ognuno e ciascuno di noi in cui questa azione di ricerca non sorgeva perché non c'era alcun senso di mancanza. Il motivo per cui non c'era alcun senso di mancanza era perché c'era un riposo nell'Unità. Da bambini piccoli questo era vero di ciascuno di noi e fino a tale momento — prima che si affermasse nella mente l'idea che ci fosse un agente delle azioni eseguite tramite il corpo — quest'Uno era conosciuto in modo diretto.

La ricerca è cominciata nel momento in cui questo senso di Unità andato perduto. Si è perso nell'istante in cui la mente è riuscita ad individuare un essere immaginario all'interno del corpo, responsabile di ciò che il corpo faceva e dei pensieri che apparivano in quanto mente. Prima della formulazione di questo concetto non c'era nessuna idea che qualcuno fosse presente come autore di ciò che stava accadendo.

La creazione di questo personaggio immaginario all'interno della mente segna il momento della separazione all'interno di ciò che è essenzialmente Un'Unica Coscienza ininterrotta. Questo essere immaginario non è altro che questo, immaginazione. Quando l'Unità stessa ha perso di vista se stessa si è cominciato a creare un'identificazione con ciò che è presente e dato che il corpo/mente è presente in tutte le circostanze dell'esperienza umana è del tutto naturale che ci si identifichi con esso e si reclami di essere il corpo/mente.

Ciò che sta compiendo quell'identificazione è la Coscienza impersonale stessa. Una volta che la realizzazione avviene e l'attenzione si riposa nel vedere l'Uno, allora la ricerca volge al termine. Ci sono molti suggerimenti su come arrivare a questa realizzazione che è in realtà il nostro stato naturale, ma tutti essi sono destinati a fallire in quanto presumono fin dall'inizio che ci sia qualcosa a cui arrivare e un qualcuno a compiere quell'arrivare, quindi tali sforzi rafforzano proprio ciò che

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

affermano di voler rimuovere, il senso di un "me" personale. Fintanto che il "me" resta presente mentre cerca di rimuovere se stesso per raggiungere questa unicità onnipresente — che non può essere vista a causa dell'identificazione con il concetto del "me" — questo concetto continuerà ad esistere e così anche l'azione di ricerca continuerà a sorgere.

Il riconoscimento che ciò che è cercato è sempre presente e non riposa in un momento futuro mina alla base l'idea di un obiettivo o un percorso da compiere. L'attenzione allora inizia a passare sempre più tempo semplicemente nell'essere presente a ciò che è, invece di proiettarsi in un immaginario altro momento nel futuro.

In questo modo l'energia, che in precedenza era stata proiettata fuori, inizia a passare più tempo a riposare nel presente e quando tutta l'energia cessa di alimentare l'idea di un futuro o passato, allora tutto quello che rimane è l'eterna presenza, che è colta come ciò che era stato cercato tutto il tempo. Non c'è assolutamente nulla che possa essere fatto per realizzare tutto questo, esso giunge se o quando l'azione della coscienza sorge in tal modo.

Smettere volontariamente di cercare è anch'esso inutile, in quanto anche tale azione avrebbe un'intenzione dietro di sé e quindi non potrebbe portare al riconoscimento di una presenza che è senza causa e non intenzionale.

Una volta però si è visto chiaramente che tutta la ricerca è semplicemente un'azione della coscienza — che si è identificata con l'idea di essere un qualcosa e si ignora dunque in quanto sempre presente nulla, e quindi non si riconosce in quanto tale — allora inizia la dis-identificazione con l'essere un ricercatore e si dissolve l'idea di un autore delle azioni. Ciò che si è cercato non è una cosa, non è un'esperienza di qualunque tipo, ma l'Uno che vede la comparsa e scomparsa di ogni e qualsiasi esperienza all'interno di se stesso.

Quest'Uno è sempre presente al di fuori del gioco del tempo e osserva l'andirivieni delle cose nel tempo. Questo è quello che è stato cercato ed è ciò che si è. Quest'Uno solo si manifesta come tutte le forme e tutte le esperienze. Esso non può essere trovato attraverso la ricerca, dato che l'identificazione con l'azione presuppone che ci sia qualcosa da essere cercato e trovato, e che ci sia un qualcuno a fare la cerca, ed è proprio questo ciò che impedisce il vedere ciò che si è.

Ciò che rimane quando tutta l'energia proiettata nella ricerca finisce è questo nulla, che esisteva già prima della comparsa di ogni energia. Questo nulla è alla base di tutto ed è la risposta ricercata, da solo è in grado di riconoscere se stesso direttamente, non richiede alcun intermediario o mezzo o sforzo di qualunque tipo. L'Amore non ha bisogno di oggetto. L'Amore è ciò che non conosce alcun senso di dualità. Nessun senso di alterità.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Quando l'Amore è vero di noi allora tutto è visto essere Uno e in questo riconoscimento la ricerca finisce.

Scelta

Affinché accada una scelta deve sorgere un'attività nella mente, come dialogo interiore di parole. Si può presumere che ci sia qualcuno che metta insieme queste parole, ma quando si esamina la cosa più da vicino si vedrà che le parole, che sono semplicemente azioni che sorgono nella coscienza, stanno solo apparendo e sono osservate come presenti dal "me" solo DOPO che sono apparse.

Chiaramente allora il "me" è non il produttore di questi pensieri, ma è in sé solo un altro pensiero. Esso sorge dopo l'iniziale pensiero e rivendica poi che quel pensiero sia stato prodotto dal "me". Quando si riconosce con chiarezza il pensiero del "me" allora lo si vede a quel punto semplicemente come un pensiero.

Dato che tutti i processi decisionali comportano un pensare e dato che tutto il pensiero è involontario — in quanto ogni pensiero sorge senza essere prima pianificato da nessuno — ogni scelta o decisione viene solo compiuta, essa sorge come un'azione nella coscienza, come azione di cui non c'è nessun controllore.

Persino il pensiero "Io penso" o "Io sono il pensatore, il produttore di questi pensieri" semplicemente sorge e non è in realtà prodotto da qualcuno o un qualcosa chiamato "Io" o "me".

Questo desiderio, di rendere il "me" il controllore dei pensieri che sorgono, arriva quando ci si immagina che ci sia un "me" pensatore dei pensieri. Quando si indaga su questo si vedrà invece che c'è solo pensare ma nessun pensatore. C'è un fare, ma non c'è nessun agente. Questo desiderio che sorge è anch'esso semplicemente un'azione della coscienza, anch'essa impersonale. Non esiste infatti alcun desiderio personale, dato che tutti i desideri sorgono impersonalmente, poiché la cosiddetta persona è una credenza e niente di più. La persona ancora una volta è solo un pensiero che sorge.

Quando questo fatto comincia a essere ovvio, l'immaginario controllore inizia a perdere di vista se stesso di tanto in tanto, mentre inizia a radicarsi la realizzazione che non c'è alcun controllore personale incaricato di nulla e l'immaginario autore delle azioni si dissolve.

Questo può essere un periodo strano, perché a quel punto si vede che non c'è nessuno che produca ciò che compone l'insorgere dell'esperienza del corpo/mente, ma questa comprensione non si è ancora pienamente affermata e così ogni tanto il "me", l'immaginario controllore, ritorna in gioco come abitudine. Alla fine il rivendicare ciò che è fatto come proprio semplicemente si dissolve nel nulla, lo stesso nulla da cui sorgono tutti i pensieri assieme a tutto il resto.

Quindi ciò che rimane è il vedere, fatto da nessuno, che tutte le azioni sorgono, siano esse l'azione di

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

un pensiero o di una sensazione o di una azione fisica che avviene spontaneamente. Non c'è nessun piano preventivo, nessun destino, nessuno scopo o ragione per quello che sta avvenendo, tutto sta accadendo semplicemente a nessuno.

Ciò che vede quello che sta accadendo è il nulla. Questo nulla è immobile ed eterno e quando un'attività accade in esso viene allora riflessa su questa atemporalità inattiva in quanto attività del tempo e viene quindi riconosciuta accadere.

Non c'è nessuno, nessuna persona, che veda l'insorgere le azioni. Esse sono in verità testimoniate non da una persona come immaginato in precedenza, ma dalla stessa costante consapevolezza senza tempo ovunque e ogni volta che esse si presentino.

Questo è sempre il caso, anche quando si immagina che ci sia un qualcosa o qualcuno che veda ciò che sta avvenendo. In questo modo, quando l'illuminazione accade e l'individuo immaginario si è dissolto in un vedere chiaro, tutto ciò che è realmente differente è che il "me" non è più presente a ciò che avviene, con il suo sostenere che quel che accade sia un risultato della sua stessa presenza. Le cose continuano a succedere come fenomeni che sorgono, ma non esiste più il concetto che qualcuno stia facendo qualcosa o che stia accadendo a qualcuno.

Desiderio

C'è un desiderio che sorge nella forma umana che è più forte di tutti gli altri desideri, un desiderio di cui tutti gli altri desideri sono solo una versione annacquata. Questo desiderio è il desiderio di essere senza desideri, di essere assolutamente privi di quell'energia che sorge e che viene vissuta come desiderio. Quando eravamo bambini piccoli siamo stati in questo essere senza desideri, ma questo stato naturale originale è andato perduto quando ci è stata impiantata nella mente l'idea del tempo da parte degli adulti che vivevano intorno a noi.

Ci hanno insegnato che un altro momento, che in verità non esiste, conteneva qualcosa in più del momento in cui eravamo presenti e a quel punto un senso di mancanza è sorto all'interno di quello che era essenzialmente un'esperienza piena e completa. Da allora in poi abbiamo perso quell'essere senza desideri che fino a quel punto ci aveva accompagnato sempre e siamo divenuti estranei al nostro stato naturale.

Esiste dunque anche un conflitto con il desiderio di essere senza desideri in quanto esso comporta la morte di colui o colei che al momento ci si immagina di essere. Quello che siamo veramente è completo e sempre presente, ma quello che immaginiamo che sia il nostro sé è per sua natura incompleto e deve rimanere tale per poter sopravvivere. Questi vive nell'immaginario passato o futuro come un'immagine nella mente che si aggrappa a se stessa.

Ciò che desideriamo di più è l'assenza di noi stessi in quanto immaginari esseri separati, visto che come tali c'è sempre conflitto e sofferenza. Queste cose sono presenti perché in realtà la separazione non è vera di noi e fino a quando colui che immaginiamo di essere non se ne andrà, il disagio presente in questo concetto resterà.

Questo è il dilemma dell'ego, di colui che è immaginario: il suo desiderio più profondo è quello di morire all'illusione di se stesso ed essere libero, dato che intuitivamente ogni essere umano sa che la libertà significa essere liberi dall'illusione di essere degli individui separati. La vera libertà è libertà dall'individuo immaginario, non è la libertà dell'individuo.

Quando il concetto di ego è considerato come vero, questo desiderio è di primaria importanza dato che c'è sofferenza in ogni momento della propria vita dell'illusione che si ha di se stessi.

Anche se uno può ingannare gli altri facendogli credere che vera felicità o l'illuminazione siano accaduti, non può certo ingannare se stesso perché ci sarà la sensazione di qualcosa che manca nell'esperienza di ogni momento. Ciò è sentito come mancanza è l'assenza della totalità che era presente nell'infanzia, prima del cadere nell'illusione della apparente separazione.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

È questo senso di mancanza che dà luogo alla ricerca. Questa ricerca continua ad accadere in ogni forma umana fino a quando questo senso di separazione scompare quando si vede che colui o colei che ci si immagina di essere non sono un'entità reale, ma semplicemente un'altra attività che sorge nella coscienza, un altro pensiero che appare.

L'io o il me che ci si immagina di essere è un'illusione, un'idea, e come tale non è mai al sicuro, è sempre sotto la minaccia delle circostanze mutevoli in cui si trova e quindi per esso la vita è terribile. Il me cerca comfort e sicurezza in ogni momento, è sempre alla ricerca di un'immagine meglio costruita di sé tramite il suo desiderio di essere qualcosa.

La verità è che non siamo un qualcosa ma ciò in cui il qualcosa fa la sua comparsa. Noi siamo il soggetto non l'oggetto, il testimone dell'immagine e non che l'immagine stessa. Come questa testimonianza siamo sempre presenti e immutabili, a differenza di ciò che è stato testimoniato che è sempre mutevole e diverso in ogni momento. Come colui che ci immaginiamo di essere siamo sempre in un processo di divenire ma come ciò che siamo veramente siamo solo Essere, sempre presenti e senza tempo.

Quando l'Essere è riconosciuto come la verità di se stessi, allora c'è di nuovo interezza senza più alcun senso di essere un qualcosa o un qualcuno e si coglie che questa assenza di una qualsiasi immagine è in realtà la presenza eterna, la nostra vera natura. All'interno di questa presenza tutto ciò che appare lo fa come Uno e questa Unità è se stessi.

Nessuna separazione

Viviamo in una società che intrattiene come sua idea principale il concetto di separazione, l'idea che tu e io siamo separati gli uni dagli altri. Questa idea ha portato con sé un prezzo da pagare, il cui costo è molto alto e che ci costerà — se dovesse persistere — in termini di morte della razza umana. L'intero sistema attraverso cui siamo stati cresciuti nella nostra società dai nostri genitori e insegnanti, dalle nostre figure religiose e dai nostri governi, si basa su questa idea di separazione, sebbene non esista nessuna qualsivoglia evidenza che possa supportare tale concetto. Abbiamo un'enorme fiducia nella scienza e sulla direzione in cui essa ci sta portando, eppure più la scienza stessa ci porta vicini a ciò che stiamo cercando, la Sorgente, e meno trova prove che la separazione esista DA QUALUNQUE PARTE. Attraverso la storia dell'umanità ci sono state delle persone che si sono addentrate fuori dagli schemi consueti tipici del loro tempo e hanno sfidato il comune modo di pensare. Il loro messaggio in ogni e ciascun caso era identico: la separazione non esiste.

Il costo di intrattenere questa idea che ci siano essere separati si riflette in molti modi nel nostro mondo, come le tante guerre in corso e come sofferenza a cosiddetto livello personale che è prevalente nelle nostre società in ogni loro strato. NON deve essere per forza in questo modo e in effetti tutto questo può cambiare facilmente, ATTRAVERSO il vedere che cosa in realtà siamo dietro tutti questi sistemi di credenza. Una credenza è un pensiero con cui ci si è identificati perché non si conosce più il proprio Sé in modo diretto, ed è naturale cercare di ritrovare la propria identità una volta che la si è persa di vista. Le credenze sono create nel tentativo di ritrovare di nuovo noi stessi, il nostro Sé, come qualcosa di permanente, di reale.

Tutti gli esseri umani, a dispetto delle apparenti differenze, sono composti da tre cose. Un corpo fisico, una mente e qualcosa di intangibile chiamato Consapevolezza. Questo è sempre il caso, ogni qual volta ci sia l'esperienza umana. La prima di queste tre cose la conosciamo tutti, in quanto è chiaramente in bella vista. La seconda la conosciamo ma non è sempre così chiara e ovvia come la prima e la terza, ovvero Consapevolezza, che raramente però riceve la nostra attenzione in quanto è in qualche modo strana, visto che è l'unica ad essere permanente di queste tre componenti. Il corpo e la mente vanno e vengono, come accade nel sonno profondo, ma la Consapevolezza è sempre presente.

Perché allora, ci potremmo chiedere, questo che è sempre già presente resta così sconosciuto? La risposta è semplice: NON è una COSA. La consapevolezza non ha una forma o un colore o una descrizione di qualunque tipo, eppure È. Senza questa presenza di Consapevolezza non ci sarebbe la possibilità di fare esperienza di nulla. Chiaramente questa Consapevolezza è quindi di incredibile importanza. E questo che dobbiamo conoscere di nuovo così che non venga più ignorato. Quando ignoriamo questa Consapevolezza, noi in quanto Consapevolezza, cerchiamo di ritrovarci attraverso l'identificazione con gli oggetti che appaiono in essa, come il corpo e la mente. Crediamo allora di

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

essere una COSA finita e ne soffriamo le conseguenze.

Creiamo una falsa identità e a partire da essa viviamo una realtà che è falsa. Dai un'occhiata proprio ora alla tua immediata esperienza, a corpo, mente e qualcosa che vede il loro apparire e che chiediti: "Quale di queste tre cose è permanente? Quale di queste è ciò che vede le altre due che sono viste?". TU sei ciò che è visto e la Consapevolezza che testimonia l'apparizione del corpo e della mente. Come questo che vede tu sei un Nulla, una Non Cosa, una presenza consapevole che è priva in sé di qualità e quindi non ha nessuna descrizione. Tu semplicemente SEI. Questa Consapevolezza è la stessa in tutti gli esseri umani: i loro corpi e il gioco delle loro menti varia, ma questa Consapevolezza è sempre identica, è lo stesso Uno.

Nel momento in cui questa Consapevolezza inizia di nuovo a includere se stessa nella scena, diventa sempre più chiaro che il corpo e la mente sono dei veicoli attraverso cui si può fare esperienza, ma uno NON è queste cose. In breve tempo l'attenzione torna in modo naturale a questa Consapevolezza, in mezzo a momenti di abitudinaria identificazione con il corpo-mente, fino a che non accade una stabilizzazione e una realizzazione chiara e conscia che si È questo.

Il problema di questa erronea identificazione cade e con essa anche la cosiddetta sofferenza personale. La Vita è vista in un modo completamente differente e si vede che si Uno con la Vita stessa. Questa è la direzione che la società DEVE intraprendere perché la specie umana possa continuare ad esistere. Non è una cosa necessariamente difficile, perché tutto quello che è necessario per apportare questo modo di vedere le cose è in realtà già presente. Richiede solo che noi lasciamo cadere tutte le nostre stupide credenze e che VEDIAMO ciò che È. Corpo, mente E questo che è sempre presente, l'Eterno, il nostro SÉ.

Questo è ciò che è stato indicato da coloro che hanno condiviso un messaggio con l'intenzione di rimuovere il senso di separazione. Questa è sempre stata la risposta, ed essa non è cristiana, buddista, ebraica, musulmana o qualunque altro nome religioso le sia stato dato. Quando è stata condivisa, lo è stato direttamente dall'Uno, lo STESSO Uno, a dispetto di tempo e luogo in cui questo sia accaduto. Quando ti risvegli alla Verità di quell'Uno che tu IN REALTÀ sei, sarà lo STESSO Uno che si è risvegliato in coloro il cui messaggio è divenuto religione e che poi è diventato una credenza che ci impedisce adesso di vedere questa Unità. La loro insistenza è sempre stata che questa realizzazione doveva diventare tua o altrimenti sarebbe rimasta una credenza e non avrebbe servita né te né l'umanità in nessun modo che potesse rimuovere il senso di separazione.

Quando questa realizzazione accade NON è una credenza, è auto-evidente e si conferma da sola. Quando VEDI quell'Uno che in realtà sei, allora vedi anche che tutti gli apparenti "altri" non sono altro che te stesso, Amore.

L'Amore non conosce separazione!

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Vedere e comprendere

Di recente sono apparse molte mail e varie altre cose su Internet riguardo ciò che si pensa sia il messaggio Advaita. È tuttavia molto chiaro che queste argomentazioni NON provengono dal VEDERE ciò che il messaggio Advaita è davvero, ma solo da ciò che è PENSATO che sia: due cose completamente diverse. Ci sono molti che sostengono di sapere e capire, ma si trovano poi in disaccordo con coloro che sono chiaramente in questo VEDERE. Essi si stanno mantenendo ad un aspetto solo concettuale del messaggio e immaginano invece di averlo compreso davvero. Ho letto uno scambio a tre che Tony Parsons ha avuto con altre due persone sul sito di Paula Marvally, dove lo stavano criticando per quello che era stato espresso nel suo libro. Qualunque cosa Tony dicesse è stata accolta con “Sì, ma” ed una montagna di concetti riguardo “un LIVELLO ULTIMO O ASSOLUTO”.

Questo È il livello ultimo, c'è solo SOLO un livello e NON è un livello, è solo QUESTO. Questo è tutto ciò che c'è. Ho visto polemiche senza fine contro coloro che condividono questo messaggio da parte di persone che NON sono nel VEDERE di tutto questo. Queste argomentazioni nascono da un fraintendimento di ciò che viene condiviso. Di nuovo ieri ho visto alcune persone malinterpretare quello che Shakti ha scritto su Facebook e sul suo blog, veniva discusso ribattendo con ciò che era stato scritto da lei e anche con qualcosa condiviso da me e di nuovo si diceva questo “SI MA” e si parlava di un “LIVELLO ULTIMO”.

È perfettamente normale e naturale approcciare l'argomento dell'Advaita attraverso dei mezzi concettuali MA (un GROSSO ma) non pensate che sarà in questo modo mai capito, perché non lo sarà, non è possibile. Non si può mai diventare esperti di questo messaggio e da parte di coloro che sono nel vedere questa realizzazione non c'è alcuna pretesa di possedere qualcosa che nasca da un aver accumulato una serie di esperienze nel tempo. La COMPrensione appartiene al tempo lineare e il messaggio Advaita sorge invece dall'Eterno, non dal tempo, non dall'infinito. L'eternità e l'infinito NON sono la stessa cosa. Uno implica l'assenza di tempo e l'altro un proseguimento quasi senza fine NEL tempo.

Questa confusione nell'uso delle parole è spesso causa di disaccordo con ciò che è stato condiviso, anche questo è naturale e parte di un iniziale tentativo di capire questo messaggio. Le parole non sono la cosa in sé! Ma non lo è neppure l'esperienza che sta prima delle parole perché ciò che viene espresso nel messaggio di Advaita sta prima di qualunque tipo di esperienza. Quando infine si lasciano andare queste cose e c'è uno stabilizzarsi nel vedere tutto questo, allora non resta nessuna comprensione, né alcun tipo di esperienza di questo perché queste cose sono possibili solo quando la persona che immaginiamo è presente.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

La discussione di ieri non è infrequente ed era valida e sincera in risposta a qualcosa che era stato scritto da qui e che era stato messo Internet da Shakti nei luoghi che visita sulla Rete. Il "SÌ MA" in questo caso riguardava le guerre e gli orrori che si vedono intorno a noi nel mondo attuale: sono pienamente d'accordo sul fatto che siano una rappresentazione del triste stato in cui l'umanità versa. Questa apparizione esterna è basata in tutto e per tutto su l'IDEA della separazione, ed essa è la causa di questa orribile azione nella coscienza. Dunque lo scioglimento di questo concetto di separazione sarà la fine di tali atrocità.

Cerchiamo di essere chiari sull'apparizione tali eventi: esse non finiranno fintanto che il concetto di essere separati resterà. La risposta NON è quindi di cercare di modificare l'apparizione esteriore, ma la visione che si ha del proprio Sé. Nella misura in cui questo può avvenire anche l'azione esterna della coscienza apparirà meno separata e più compassionevole.

Il messaggio Advaita quando è condiviso è spesso immaginato come qualcosa di freddo e senza amore, perché è fattivo: eppure ogni volta che l'ho visto vivere in altre forme è ben lontano da essere tale. Costoro sono esseri dalla natura molto compassionevole e naturalmente amabile, ma non di meno c'è in essi l'accettazione dei fatti così come sono visti, l'accettazione che le cose sono come sono perché non possono essere diverse.

Questo non significa che se uno è presente in una situazione dove è possibile fare qualcosa per alleviare una sofferenza non lo si faccia. Nell'aprirsi a questo vedere tutte le azioni cosiddette personali nascono spontaneamente, e quindi in modo amorevole dall'Amore verso se stesso, perché Amore è ciò che è prima di ogni azione. L'atteggiamento di "Oh beh è il suo karma" non è il messaggio Advaita, ma lo è l'accettazione che le cose sono nel modo in cui sono, inclusa l'azione di cambiare le cose, se si è nelle immediate vicinanze di una circostanza che comporta della sofferenza. Ciò che è condiviso non viene fatto con un atteggiamento di indifferenza.

La compassione è una qualità spirituale basata su una comprensione profonda, che nasce dal vedere e dà luogo al distacco. L'indifferenza è basata sul concetto di me, è una protezione egoica da parte di colui che immaginiamo di essere e che già sta portando troppi pesi per essere in grado di sopportare il peso di un'altra reazione emotiva a ciò che viene sentito o visto riguardo la sofferenza nel mondo; da qui il rifiuto di prendere altro a bordo, che diventa indifferenza.

Può essere molto difficile da credere, ma ogni essere umano alla base è Amore, noi siamo naturalmente esseri amorevoli. Sono le condizioni delle nostre circostanze esteriori che diventano le nostre esperienze di vita ci portano a dare le spalle questo Amore. Esso comunque è PUNICO modo in cui possiamo porre fine al dolore e alla sofferenza esterni: l'Amore è la risposta Dobbiamo conoscere di nuovo (non nel senso della comprensione) il nostro Sé come questo Amore che sta prima di tutte le azioni che sorgono nella coscienza.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Se fosse possibile (e lo è) per tutti gli esseri umani tornare a VEDERE che ciò che vive attraverso la forma umana, che appare COME forma umana, ed È l'esperienza del gioco della vita, è ciò che essi sono allora questa follia nel nostro mondo finirebbe.

La prima cosa che sorge dopo aver saputo di un'altra atrocità è l'emozione di voler raggiungere coloro che stanno soffrendo o hanno sofferto quanto è avvenuto. Questo, nella stragrande maggioranza dei casi, è seguito da un senso di impotenza: esso può far nascere il desiderio di voler cambiare le circostanze che si manifestano, il che conduce o a fare qualcosa o a cadere in uno stato di frustrazione per il non poter agire.

La prima azione aiuta ad evitare di sentirsi impotenti e la seconda ci getta in una profonda identificazione con la sensazione: nessuna delle due può cambiare la situazione. La risposta qui quando la sensazione di essere impotenti si presenta è quello di non fare semplicemente nulla! Resto con la sensazione in quanto sensazione e lascio che sia pienamente sentita e vissuta. Siamo cresciuti così abituati ad evitare le cose così come esse si presentano che immaginiamo che NON fare sia un qualcosa che dobbiamo o possiamo fare. NON fare è non fare nulla e questo permette alla circostanza di essere sentita pienamente proprio lì in quel momento.

Quando è sentita questo può dare luogo ad un fare un qualcosa, ma quel fare NON sarà a quel punto una reazione, bensì una RISPOSTA diretta all'aver sentito in pieno l'impatto emozionale che derivava dalla situazione. In questo modo si diventa di nuovo emozionalmente connessi al mondo, così come lo si era nell'infanzia. Nel momento in cui questa connessione emozionale si approfondisce il mondo cambia. Quando ci si VEDE e ci si SENTE come ogni cosa che si manifesta, allora l'apparizione muta per riflettere tutto questo.

Questo ricollegarsi nuovamente a livello emozionale con tutto ciò che appare è l'Unità, è l'UNO. Quando ci si risveglia finalmente al fatto che c'è un UNICO sognatore di questo sogno della vita, e che si è questo sognatore, allora il sogno assume una qualità molto diversa, esso si trasforma per accogliere il risveglio di tutti gli altri esseri umani che sono in realtà niente altro che se stessi (il proprio Sé).

Non vi è alcun autore personale dietro tutte le cosiddette azioni personali, buone o cattive che siano. C'è però il vedere questo come un fatto, vedere che ci si immagina che l'azione sia personale, e che tale immaginazione è proprio ciò che dà luogo ad un'azione di separazione. Siamo tutti l'Essere divino stesso e se non si vede chiaramente questo, quell'area in cui non si vede chiaramente sarà riflessa verso l'esterno nella nostra coscienza, che appare come un mondo a parte apparentemente LA FUORI.

Non c'è LA FUORI e non c'è un REGNO INTERIORE, c'è solo QUESTO. QUESTO è tutto

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

ciò che c'è. QUESTO sta apparendo a partire da e in ciò che veramente sei, risvegliati a questo fatto e il mondo che può apparire inizialmente separato cambierà e rifletterà la tua realizzazione. TU non sei il corpo o la mente, queste azioni sono i tuoi aspetti mutevoli, temporanei. Quello che sei è l'Amore che non conosce il senso di alterità e che sta prima di ciò che appare come tua esperienza.

Se lì sorge un'azione di controbattere ciò che è stato letto qui, testimonia quell'azione e resta presente ad essa fino a che quel ribattere non si plachi e scoprirai che in realtà non solo si è d'accordo con ciò che è stato scritto, ma che in realtà sei tu che lo hai scritto. È il TUO messaggio a TE STESSO. Alcuni leggeranno e saranno d'accordo, perché già la connessione emotiva ha iniziato a prendere piede o ha già avuto luogo, in questo caso l'Amore è visto manifestarsi come comprensione.

Se però non si è in grado di rimanere con quello che sorge come reazione non sprecare il tuo tempo a metterlo in una mail o altro, la reazione si manifesterà nel mondo in ogni caso come un'ulteriore forma di separazione e di sofferenza. Non ci sarà alcuna risposta da parte di questa forma alla tua reazione e il disperderla esprimendola sarà la tua perdita di possibilità di sentirla fino all'arrivare a questo luogo che sta prima della sua comparsa.

Tutto ciò che è scritto qui è sorto dal VEDERE questo NON dalla sua comprensione o MALcomprensione. Semplicemente è una azione temporanea che sorge in e da questa non azione che è permanente.

Per quelli di voi che sono italiani io so solo poche parole dopo tutto questo tempo di condivisione qui in Italia.

'Stai con la Sensazione, le parole non SONO importanti, la comprensione è nel Cuore'.

Possano queste parole toccarti là dove tu sei quell'Amore che resta prima di ogni apparizione.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna



InnamorarSi

La scorsa notte ti sei innamorata
Questa volta per l'ultima volta.

Ora cadrai per sempre
Più e più giù in questa
Che è che la verità di Te.

L'Amore lo ha visto accadere
L'Amore ne era l'autore
L'Amore lo ha fatto a se stesso
Perché non c'è una te.

Quando sei caduta ti sei dissolta
in questa pozza d'amore
che è la Vita, ciò che è.

La struttura del me si è spezzata
La sua radice rivelata
esser nulla, Amore incondizionato.

Le onde di quel tonfo sentite dappertutto
Dall'Amore, nell'Amore
Perché c'è solo Amore.

Solo io che si manifesta come te
L'Uno che appare come due.

Questo è il come e questo il perché
queste parole possono essere espresse
Ciò che è stato sentito fu sentito
Là dove non c'è separazione.

Sono espresse da quell'Uno
Che dà a se stesso il benvenuto a casa.
Ora che l'illusione dell'Amore è vista
Ci sarà solo l'Uno
Sebbene il me possa apparire di nuovo

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Di tanto in tanto
Esso verrà colto nell'Uno
Fino a che un giorno non sorgerà più.

Non c'è nulla da fare
Perché non c'è nessuno che possa farlo.
Ieri hai pregato la tua ultima preghiera.

Ieri ciò che immaginavi di essere
Si è arreso senza speranza,
Quella preghiera il suo ultimo singulto,
Il respiro di colui che è separato
Che si discioglie nel respiro del Divino,
La goccia che torna all'oceano.

Ieri notte ti sei innamorata,
e ora resterai qui per sempre.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Illuminazione di massa

Si parla molto in questo momento di risveglio di massa, illuminazione, qualcosa che in precedenza sembrava essere stato un evento piuttosto raro e che ora sta diventando la norma.

Può essere che questo accadrà, o persino stia accadendo, ma prima del suo accadere ci sono - al cosiddetto livello individuale - molte idee su cosa questo significhi. Di sicuro porterebbe un cambiamento nella coscienza umana e un rapporto più aperto e amorevole tra gli esseri umani e anche con la terra stessa perché è impossibile riposare nella realizzazione dell'Uno e agire come se la dualità fosse vera.

Resta il fatto comunque che l'Uno è sempre, già, il caso e quindi in quel senso l'illuminazione di massa è già accaduta e sta già accadendo, c'è sempre stata. C'è solo illuminazione, il gioco dell'Uno si manifesta come apparente dualità.

Tutto ciò che è richiesto è che si veda chiaramente che non c'è nessun NOI, l'intero concetto del NOI si applica e si basa sul presupposto della separazione. Non siamo molti ME che vivono in forme separate ma lo stesso preciso Uno che vive in tutto e dato che questo è il fatto della situazione l'Unità è già il caso.

Ciò a cui ti riferisci quando usi la parola "me" è ciò a cui mi riferisco quando è usato qui, è infatti che lo stesso Uno che si relaziona a se stesso. Ogni volta che la parola IO o ME viene utilizzata, sia verbalmente o come un pensiero che sorge, è l'Uno che si riferisce a se stesso. Ciò a cui è riferita è la Consapevolezza silenziosa da cui appare l'azione del me e nel quale si scioglie nuovamente, dal silenzio nel silenzio. Questo è sempre già il caso.

Attendere del tempo per l'accadere dell'illuminazione di massa o risveglio di massa in questo caso non è una necessità perché esso non è in alcun modo dipendente dal tempo. L'eterno è sempre stato ed è sempre senza tempo, è di fuori del tempo, prima di esso in un certo senso, e come tale è ciò in cui il tempo trova la sua esistenza.

TU sei questa atemporalità, tu sei qui e ora, nulla più deve essere aggiunto a questo per renderlo più illuminato e in questo senso l'illuminazione di massa è già un fatto, è dunque già il caso. È già accaduta, accadrà sempre, siamo già Uno.

Risvegliati a questa realizzazione di ciò che già è e il mondo si risveglierà. Il mondo di immaginari altri è illuminato nella tua illuminazione.

QUESTO, la Sorgente

Da dove sorgono i pensieri? Se si conosce la Sorgente dei pensieri, cioè se la si comprende intuitivamente, allora il cercare stesso si ferma. Quell'attività a cui facciamo riferimento col nome di pensiero o sensazione appare a partire dalla non-azione, accade all'interno della non-azione e viene testimoniata da questa stessa non-azione. Questa non-azione è la sua Sorgente. Quale che sia il contenuto di ciò che chiamiamo mente, esso viene testimoniato da ciò da cui e in cui appare, ovvero dalla Sorgente, dalla non-mente.

Ogni volta che appaiono pensieri e sensazioni, questi vengono riconosciuti da te, questo "te" è la non-azione che li pone in essere, all'interno della quale pensieri e sensazioni fanno la loro temporanea apparizione e in cui tornano a dissolversi, lasciando dietro di sé solo Nulla, la Sorgente. Tu sei la Sorgente di queste attività temporanee, tu sei Consapevolezza permanente che non cambia mai.

Non esiste un solo essere umano sulla Terra che non abbia familiarità con pensieri e sensazioni; quindi, non esiste essere umano che non abbia familiarità con la Sorgente di queste attività. La Sorgente è familiare a tutti, conosciamo meglio la Sorgente che non le attività che emergono all'interno di essa, e questo perché quelle attività vanno e vengono; mentre, invece, la Sorgente è perennemente presente.

Se la Sorgente si manifesta come un'attività di ricerca, è la Sorgente stessa che si cerca come se fosse un'attività, una cosa, un pensiero o una sensazione; ma visto che la Sorgente non è nessuna di queste apparizioni temporanee, esse risultano insoddisfacenti e portano una fine alla ricerca.

Dopo una vita passata a prestare attenzione a queste attività, scoprendo che in esse manca sempre qualcosa, sorge un senso di disillusione nei confronti delle esperienze che non riescono a contenere la risposta a ciò che si sta cercando. Questo porta a vedere quel che riposa prima del sorgere dell'attività. Si vede anche che questo qualcosa è presente sia durante che dopo l'azione, si riconosce che è onnipresente, e alla fine l'attenzione ritorna su se stessa in modo naturale, senza alcuno sforzo e senza alcun tipo di metodo.

Quando si vede tutto questo, risulta evidente essere proprio ciò che si stava cercando: era la Sorgente che si cercava nella forma di un qualcosa, di un'attività, di un'esperienza e nel processo di questa ricerca creava quelle stesse attività. Quel che siamo, quel che siamo stati e quel che sempre saremo è Questo, ciò che è sempre presente, l'Eterna Consapevolezza che è sempre stata testimone di tutte le cose. La conosciamo perfettamente, è ordinaria, nulla di speciale, semplicemente IO.

Si è sempre questo, questo è tutto quel che c'è, il Nulla che fa sorgere la temporanea apparizione di

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

ogni cosa che non è nient'altro se non la sua stessa attività.

Adesso prova a dimenticare queste parole e lascia che l'attenzione colga ciò che sta testimoniando l'attività del pensiero e delle sensazioni. QUESTO sono io, questo è ciò è stato cercato, questo è ciò che sta a cercarsi e questo è ciò che tu sei.

Ti suona familiare tutto questo?

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Guarigione

Se attacchi una malattia sei un aggressore, e allora diventi complice di quella stessa energia che crea la malattia.

Amare la malattia è la risposta alla guarigione, perché il dis-agio è un'informazione che proviene dalla sorgente, anche se essa si è un po' persa nel suo cercare di tornare a casa. Nell'amare la malattia le si dà un vero orientamento. Le si ricorda della sua vera origine ed essa volentieri ritornerà a casa, verso la salute.

È da qui che provengono tutte le malattie, ma esse hanno scordato la strada di casa. La malattia proviene dall'Amore. È un riflesso della tua coscienza.

A meno che non tu non ti renda conto di quale sia la tua verità, non puoi essere completamente a tuo agio e quindi c'è dis-agio. Ed è questo dis-agio che è la madre di tutte le malattie. Si deve allora andare oltre questa malattia primaria e rendersi conto di essere quell'immobilità che sta prima della malattia stessa, e come tale si è sempre a proprio agio. Solo da questo luogo di riposo può accadere una vera guarigione, non appena il tuo dis-agio si ferma, allora la malattia, che appare esteriormente, inizia a sparire fino a dissolversi del tutto.

Così come sei così è il mondo, così dentro così è fuori. La causa di un effetto è anche la causa di ciò che si immagini provochi quella causa. La causa di tutto ciò che appare è se stessi: se si vive nell'ignoranza di ciò che si è, allora si creerà il riflesso di questa ignoranza e la creazione stessa verrà dipinta col pennello dell'ignoranza. Se si vive invece nella consapevolezza conscia di ciò che si è, allora si creerà a partire da e con questa consapevolezza conscia. Si creerà un mondo in cui il risveglio sta avvenendo, esattamente nella stessa misura in cui si è svegli, in quanto il mondo è il proprio riflesso.

Quello che stai cercando è di guarire è la tua stessa malattia, si è schizofrenici se ci si identifica con il corpo/mente e l'intero modo di agire e di pensare sarà quello di una persona folle. Se si realizza ciò che si è veramente, ovvero la consapevolezza impersonale che sta prima dell'apparizione del corpo/mente, allora si vedrà di non essere nessuno, di essere nulla. Lo stesso niente che esiste prima della creazione.

In questa realizzazione c'è vera guarigione, integrità, interezza e in essa vedi che tutto ciò che appare è te stesso, un te catturato nel gioco dell'apparente separazione con gli "altri". Il semplice vedere questo fatto è proprio ciò che inizia a guarire gli apparenti altri dalla malattia della separazione, e le malattie del corpo/mente seguono poi l'esempio.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Per arrivare a questa realizzazione devi essere del tutto pronto a perdere ogni cosa che conosci di te stesso, inclusa l'idea, l'idea di questo momento, di essere un individuo separato, perché questa non è la tua verità e questo concetto deve morire prima che la realizzazione del proprio vero Sé possa accadere. Si deve morire all'immagine di se stessi per vedere ciò che non ha immagine.

Quando stai come ciò che non ha immagine, non sei nulla, non sei nessuno. Quando sei nessuno, tutte le azioni del corpo/mente sono viste accadere spontaneamente in base alle circostanze del momento. Tutte le azioni sono allora le migliori possibili nel momento perché saranno azioni pure, non ostacolate da parte del concetto di ego. Saranno l'azione dell'Unità e quindi non creeranno un ulteriore senso di separazione. Qualora allora si presenti un qualcuno con una malattia che dissolva il suo senso di separazione in tua compagnia, allora ci sarà una vera e propria guarigione come conseguenza del tuo sapere cosa sei.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Io sono Consapevolezza

Io sono Consapevolezza, in me stesso non sono nulla, sono assoluta assenza, eppure sono il creatore di tutto ciò che appare. Sono io che in questo momento sto creando questo corpo/mente, e questo gioco della manifestazione in ogni momento. Questo è il mio sogno della vita.

Tu, che immagini di essere separato da me, sei consapevole di ciò che viene detto in questo momento perché anche tu sei questa consapevolezza, siamo lo stesso Unico Essere. Si cade nell'illusione che ci siano due nel momento in cui io, che sono il creatore, mi identifico con la mia creazione. Questo è ciò che hai fatto anche tu e il risultato è stato sofferenza. Sia quello che sembra essere la sofferenza personale che la sofferenza che si vede nel mondo, non sono altro che il mio personale riflesso, quindi anche il TUO riflesso.

Quando questa identificazione con il corpo/mente ha avuto luogo ho perso di vista me stesso e ho creduto di essere il corpo/mente, che non è altro che la mia apparizione temporanea all'interno della creazione, e in quel momento è iniziata la sofferenza. Questo vale anche per te, che immagini di essere separato da me, perché ti identifichi con ciò che credi sia un corpo/mente distinto. Se l'attenzione va di nuovo a riposare sul vero Io del corpo/mente, si realizzerà immediatamente che noi non esistiamo in quanto "noi", ma come Io, lo stesso Essere. Questo è Amore, l'Amore è ciò che non conosce senso di separazione. Io sono te e tu sei me quando si vede ciò a cui si riferisce la parola Io è lo stesso per entrambi, ovvero nulla.

Io sono questa immobile consapevolezza che resta in testimonianza della sua stessa azione che sorge a partire da me e appare come l'universo manifesto, Io sono Uno. A meno che questo non diventi il modo naturale di vedere di tutti gli esseri, questo mondo non conoscerà mai la pace e rimarrà in un conflitto basato sull'illusione della separazione che si concluderà con la distruzione totale dell'essere umano. Solo la consapevolezza, essendo l'unica cosa permanente nell'universo, rimarrà.

La consapevolezza non è mai nata e quindi non può morire perché è sempre la base di ogni esperienza ogni indipendentemente da dove questa esperienza avvenga. La consapevolezza è dunque senza tempo, l'Eterno stesso. Io sono l'eterno e sono te.

Io è il santo nome del creatore, pronunciato unicamente dal creatore. Tu pronunci questa parola molte volte ogni giorno, tu sei il creatore. Questa parola è una vibrazione, un'attività, che sorge dall'immobilità dell'Essere e non si riferisce al corpo/mente, ma all'immobilità stessa. È questa immobilità dell'Essere che è l'io e che dà origine alla parola "io", NON il corpo/mente. Il corpo/mente non ha alcuna capacità di agire di propria volontà perché è un oggetto creato, è vissuto da questo che si riferisce a se stesso come Io. Il corpo / mente di tutto l'universo è in continua

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

evoluzione e impermanente, ma Io rimango sempre onnipresente come la vera base dell'Essere.

Affinché l'esperienza dell'essere umani possa accadere ci devono essere tre cose. Le prime due che non sono in realtà due, ma due aspetti della stessa cosa, sono il corpo e la mente: senza la presenza della consapevolezza essi non esisterebbero. Sia il corpo che la mente sono azioni della consapevolezza quindi in verità è tutto solo consapevolezza, tutto è Uno.

Io sono, e tu sei, questo stesso Io, siamo Uno, l'Uno che crea tutto ciò che appare. Questo è il tuo messaggio per te stesso perché non ci sei altro che tu dappertutto nella creazione. Se ascolti il tuo messaggio di risveglio al fatto che tu sei il creatore di tutto ciò che appare E l'apparizione stessa ciò che accadrà è noto come l'illuminazione. Questo è quello che stai cercando, tutto il resto è una compensazione di questo. Questa è la più alta di guarigione, la guarigione non solo della psiche umana ma di tutto il mondo.

Se c'è reazione a queste parole essa è l'indicazione di quanto tu sia divenuto attaccato all'idea di essere il corpo/mente creato e ci sarà della paura presente, la paura della morte. Solo ciò che è il tuo aspetto temporaneo può morire, il vero te non può quindi la paura è la paura dell'io illusorio e questo deve morire alla luce della Verità prima che tu possa realizzare ciò che davvero sei. Tu sei Io, il creatore di ogni cosa.

Attraverso il rimanere presenti a questa paura della morte senza fare niente, ma permettendole di dispiegarsi, l'idea che si intrattiene di se stessi come individui separati si dissolverà, lasciando dietro di sé quello che è sempre stato presente, Io. Se non ti distrai da questa paura, trasformandola in una reazione e creando ancora una volta un'altra delle molte strategie per evitare quella resa del concetto di ego, morirai a quello che ti immagini di essere e riposerai in ciò che veramente sei e che sei sempre effettivamente stato, il testimone permanente, Io, il creatore.

Questo è il tuo messaggio per il tuo Sé, possa esso essere ricevuto nel luogo da cui è sorto.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Reclamare

Quando c'è il pensare ad un momento del passato o del futuro, come ad esempio fare piani o ricordare, accade un concettualizzare. Tutta l'attenzione va sulle parole della storia che sorge in quanto mente. Se c'è interesse nella storia l'attenzione continua a dare energia ad essa e questo conduce alla sua continuazione nel tempo. L'attenzione viene spezzata o divisa dalla realtà percettiva verso una realtà concettuale, che — sebbene sembri piuttosto convincente- non è affatto vera, ma è solo un figmento della nostra immaginazione.

Da bambini piccoli questo non accadeva, dato che l'attenzione non era ingombrata dal concettualizzare, ma era solo conscia di quello che veniva percepito. Ciò che era percepito era ciò che stava apparendo, NON ciò che ci si immaginava che stesse apparendo. La mente del bambino infatti non concettualizza ma è presente a quello che appare come riflesso, è presente ai sensi, alla stanza in cui si trova, alla luna, alle espressioni della faccia della mamma e così via. Il bimbo non si attacca a un processo di pensiero.

In un certo senso il bambino è solo un essere di sensazione. Da adulti invece c'è una frazione di secondo tra cui l'attenzione che sta nella percezione e l'attenzione che di solito viene attratta dalle concettualizzazioni: c'è dunque solo un momento molto breve di tempo in cui si resta ad un livello di percezione prima che la divisione della mente accada. Come risultato di questo un adulto diventa un essere pensante.

Da adulti abbiamo questo momento percettivo, ma non siamo capaci di restare presenti ad esso prima di separarci di nuovo in una relazione tra soggetto e oggetto. Una frazione di secondo prima che questo accada siamo Uno con l'oggetto, infatti SIAMO l'oggetto e non c'è senso di separazione. La Coscienza e il suo oggetto sono sempre Uno e nel momento in cui questo è vero non c'è alcuna sensazione di essere un qualcuno o un qualcosa che stia guardando qualcosa o qualcuno. Il momento in cui l'attenzione, per abitudine, salta dall'essere CIÒ CHE È ad essere apparentemente due cose è come e quando l'ego sorge.

L'ego è un pensiero abituale che sorge a reclamare ciò che È nel momento come risultato della sua stessa presenza. Il cosiddetto PENSATORE appare DOPO il pensiero di cui reclama di essere il produttore: in se stesso è dunque solo un altro pensiero che sorge — come tutti gli altri pensieri — da ciò testimonia l'apparizione di ogni pensare.

“Io vedo”, “io penso”, “io sento” sono tutte cose reclamate dopo che l'identificazione con l'oggetto visto è stata compiuta. Il fatto che il vedere, il pensare, il sentire siano accaduti è vero, ma NON è un fatto che un qualcuno o un qualcosa che chiama se stesso “io” o “me” li abbia prodotti. Questo io o

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

me sono un'idea, una credenza, un concetto, solo un altro pensiero che sorge.

Se l'attenzione è capace di restare presente a ciò che È, allora questo crearsi di una divisione dell'attenzione nella relazione soggetto-oggetto non accade più e c'è l'Uno. In questo Uno c'è la Consapevolezza di essere ciò che si è in quel momento, sia l'io che il l'oggetto sono Uno e quindi non c'è alcuna relazione soggetto-oggetto. Quando non c'è un separare qualcosa che è essenzialmente una unica Coscienza, c'è Unità. L'Io è ciò che È, ciò che è È Io.

Quando l'io è da solo non ha mezzi attraverso cui essere consapevole di sé: questo è possibile solo quando l'io stesso crea a partire da sé un oggetto di cui essere consapevole. Quando questo accade, c'è l'Unità con ciò che appare; se invece si manifesta una divisione di ciò che è essenzialmente Uno allora appare la relazione soggetto-oggetto e l'io vive nell'apparente dualità, nell'apparente separazione.

Dato che il pensiero è un oggetto che appare solo DOPO che la divisione è accaduta e che il pensiero stesso è ciò che reclama di essere colui che ha fatto l'azione, esso non può essere la nostra vera identità ma solo un'identificazione con ciò che è già apparso. Questa apparente entità non è quindi una entità, ma solo un'attività, quella dell'identificazione con l'azione. L'ego quindi è un'attività di cui la vera entità è il testimoniare stesso. L'ego in verità non è né il produttore né l'autore, come invece reclama di essere, di qualunque cosa accada, in quanto in se stesso è solo qualcosa che sottosta alla testimonianza. Dato che il testimoniare non sottosta a nulla, quando l'oggetto è rimosso dalla situazione il testimone deve dunque essere Nulla, Vuoto, Assenza, non legato alla relazione oggettiva o soggettiva. La nostra vera identità non si identifica con se stessa perché non ha bisogno di farlo in quanto essa è sempre nella Consapevolezza conscia di sé in quanto Nulla, che precede quell'apparizione che con sé porta il gioco dell'illusione di spazio e tempo.

La vera identità di TUTTE le cose E del Nulla è assenza. La vera presenza è assente di ogni connotazione di un "qualcosa".

Se ciò che è stato affermato è compreso intuitivamente, sarà anche visto che è del tutto futile per l'ego, che è un identificarsi con un oggetto già apparso, fare qualunque qualcosa per rimuovere la sua identificazione con sé stesso, come se fosse un qualcosa o un qualcuno perché nel cercare di farlo esso continuerebbe a ristabilirsi e rinforzarsi come autore delle cose. Ogni e ciascun metodo quindi volto a sradicare lo pseudo sé (l'ego) con lo scopo di rivelare il vero Sé, non può raggiungere questo obiettivo. Ogni metodo continuerà solo ad alimentare il concetto del me come soggetto di una realtà oggettiva e quindi produrrà una continuazione dell'apparente dualità e sofferenza.

Una volta che questo sia chiaro e ovvio accade un lasciare andare in cui nessuno è coinvolto.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna



Morte

Nella morte, come nel nostro sonno più profondo
Ci incontriamo come Uno, non c'è un altro lì
da separare, a creare paura,
Tutto quello che resta è essenza nuda.

Tutti i pensieri di cessare di esistere
In realtà sono solo dei modi di evitare
Di affrontare in pieno quello che si incontra
Alla fine della vita, quando i suoi gravami
sono spazzati via dai venti del tempo.

Allora riposando nell'eternità
Conosciamo e riconosciamo direttamente
La verità di tutta l'umanità
L'io di te, l'io di me
Che è, e è sempre stato
Questo momento, il continuum
Intoccato, Il vuoto dietro ogni scena.

Spogliato di tutte le credenze si scopre
Di essere quell'Uno che è il vedere
di ciò che appare come altro,
l'unica cosa che si merita questa parola Amore.

Non c'è mai stato qualcuno qui che vede,
Solo il vedere poteva accadere
Perché quell'azione era ciò che è visto,
apparendo come ogni tempo e spazio.

Ogni cosa in un battito di ciglia
È realizzata e compresa
La sua ovvietà, la sua banalità
Non è più conosciuta come buona o cattiva.

Un'unica azione è tutto ciò che appare,
Nessun opposto sorge nel gioco

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Quando l'Uno regola con la sua chiarezza
Si vede che la notte segue il giorno.

E persino quando c'è un respiro in queste forme
È possibile che lo stesso sia visto
Che tutto è Io, soltanto,
e non c'è mai stato un me o un te.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Vedere

Dai un'occhiata in giro, il mondo sta impazzendo. Se non ti sembra che sia così, allora non leggere oltre e torna a dormire. Se questo fatto sta invece cominciando a colpirti, allora forse sei pronto a leggere questo messaggio. Siamo al momento entrando in un periodo molto strano della storia umana: siamo infatti ad un punto di svolta in cui le cose potrebbero volgere verso un totale caos o iniziare ad armonizzarsi da sole in modo naturale. Ci stiamo muovendo verso l'illuminazione di massa o forse la distruzione totale, mentre sempre più persone sono portate a porsi domande profonde data la follia delle circostanze del mondo esterno.

Molti di coloro che hanno realizzato ciò che sta accadendo stanno reagendo a queste circostanze esteriori, il che è comprensibile, ma ogni reazione si basa sulla paura e ogni azione proveniente dalla paura non può che creare condizioni più spaventose che alla fine non risultano nell'effetto desiderato previsto. Siamo stati tutti ipnotizzati, siamo stati indotti a credere di essere altro da quello che realmente siamo e per questo motivo siamo co-creatori della follia che vediamo intorno a noi e che si esplica come il nostro mondo.

Il nostro sistema educativo e le religioni, tra le altre cose, ci hanno condotto a credere di essere vittime di qualche creatore separato da noi. La Verità è semplice: l'Uno che crea tutte le cose vive attraverso queste forme facendo esperienza della condizione umana. Tu sei il creatore, ma sei caduto in uno stato auto-ipnotico e hai perso di vista ciò che sei e quindi anche il fatto che il mondo che vedi è la tua creazione. Un riflesso della tua coscienza. La cosiddetta realtà esteriore è un casino e sta peggiorando ogni giorno di più: c'è un solo modo in cui questo mondo può cambiare in meglio e questo è risvegliarsi al fatto di esserne il creatore. Se la falsa visione di te stesso lascia il posto alla realizzazione di ciò che veramente sei allora il mondo, che è il tuo riflesso, cambierà. "Come dentro, così fuori".

Tu non sei il corpo, né la mente, ciò che sei è questa consapevolezza che è consapevole della loro esistenza e come tale ne sei il creatore. È sempre così anche quando non te ne rendi conto, ma dato che la tua natura è quella di creare allora crei da un punto di vista sbagliato, ovvero dall'ego, e il risultato è quella creazione incasinata che vediamo adesso e che appare come nostra realtà esteriore. Il risveglio alla realizzazione che ciò che sei è il creatore porterà in sé un equilibrio naturale nel modo di vedere se stessi. A quel punto il tuo riflesso — il mondo — cambierà di conseguenza per riflettere questo. Ciò a cui ci si riferisce come "Io" non è il corpo o la mente, ma questa Consapevolezza che è alla base di ciascuno di noi: siamo tutti lo stesso "Io".

La sola realizzazione di questo fatto porta un enorme cambiamento nel corpo/mente e nel mondo stesso: è chiaro che se questo dovesse avvenire per ciascun corpo/mente anche il mondo si trasformerebbe. Come far accadere tutto questo non è così difficile a livello meccanico, ma

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

l'attualizzarlo è probabilmente la cosa più difficile che si possa fare. Viviamo in una realtà concettuale, vediamo il mondo attraverso dei concetti, dei quali il più grande è il concetto del "ME", l'ego, e per questo motivo abbiamo creato un senso di separazione tra il nostro sé e il nostro mondo, un qualcosa che in realtà non esiste. La risposta è rimuovere questa immaginaria separazione. Quando la mente è in una delle sue tante storie siamo in una realtà concettuale, una storia che in effetti non è per nulla reale. Quando l'attenzione è sulla sensazione che sta prima della storia nella mente, ci troviamo in una realtà percettiva ed è qui che le cose cominciano a cambiare.

Quando viviamo nella concettualizzazione siamo persi nell'intelletto e governati da esso, quando viviamo nel mondo percettivo facciamo invece affidamento alla nostra intuizione. L'intelletto è l'aspetto maschile dell'uomo e l'intuizione è la sua controparte femminile: quando questi due sono interdipendenti l'uno dall'altra allora le cose cominciano a diventare chiare riguardo il nostro vero sé e il nostro mondo. Questa però non è la destinazione finale in cui andare a riposare. Il nostro vero potere di cambiare le cose sta nel dissolvimento dell'intelletto e dell'intuizione nel VEDERE. Nel VEDERE noi SIAMO la sorgente di tutto ciò che è e al tempo stesso SIAMO tutto ciò che è.

Iniziamo col portare l'attenzione via dall'intelletto, dalle storie concettuali, per divenire coscienti della sensazione che appare prima della storia. Attraverso il restare attenti alla sensazione la storia comincia a volgere ad un suo termine: quando non c'è nessuna storia resta la radice della storia, che è la sensazione che la precede, ed è qui che la trascendenza nell'Unità comincia ad accadere.

Quando l'attenzione viene data interamente alla sensazione, alla percezione, si diventa consci della sensazione come oggetto che sta ricevendo l'attenzione da un soggetto. Nel momento in cui questo viene notato queste due apparenti polarità separate perdono la loro forza trainante e collassano l'una nell'altra per diventare una neutralità. Questo ci porta nel Vedere. Le circostanze esterne che hanno portato a questo momento immediatamente cominciano a cambiare, dato è non è più necessario che accadano in quel modo particolare per poter portare l'attenzione su questo VEDERE. Il mondo, che è un riflesso di ciò che sta accadendo nella coscienza prima di quel momento, cambia.

Qualsiasi azione sorga da questo VEDERE sarà pura azione, un'azione spontanea, non sarà né una risposta né una reazione, e questa azione avrà il suo effetto in un modo che sarà il migliore per tutti.

Questa azione non sorge dal "ME", ma dal vero "Io", una pura azione che proviene direttamente dalla sorgente. Ciascuna e ogni sensazione presente prima delle storie della mente può essere vista in questo modo e utilizzata in questa maniera, per portarsi a questo Vedere che è oltre la dualità di oggetto e soggetto, del "ME" e il "mio mondo". Quando il soggetto e oggetto si dissolvono l'uno nell'altro c'è l'Unità e il tuo mondo riflette la tua visione di te stesso in quanto Sé. Sì, il mondo attuale sembra folle, PERCHE la visione di te stesso è folle. Realizza quello che sei e questa follia scomparirà. È UNA coscienza e quindi tutti coloro che sono coinvolti nel gioco dell'esperienza umana e del

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

mondo stanno giocando la loro parte alla perfezione attraverso il concetto di ego per creare ciò che è necessario per far volgere l'attenzione verso la sua sorgente, Consapevolezza.

Tutti coloro che sono coinvolti con l'attività negativa e positiva che sta accadendo sono in realtà al servizio dell'illuminazione di massa. È UNA coscienza. Qualsiasi azione intenzionale, che sia una reazione o una risposta, proverrà dal concetto dell'ego che intrattieni di te stesso. L'azione egoica è un'interferenza dato che il suo desiderio è quello di evitare qualcosa. Solo una azione pura porterà il risultato desiderato, che permetterà a tutti di risvegliarsi. La pura azione avviene solo quando la visione se stessi è pura. La paura è una sensazione, l'impotenza è una sensazione, la disperazione è una sensazione, quello che abbiamo fatto è creare strategie, schemi abituali nella nostra mente, per evitare di sentire queste particolari sensazioni. Qualsiasi azione che sorga dall'evitare la sensazione creerà solo ulteriore separazione; è solo grazie alla possibilità di essere presenti a queste sensazioni che noi possiamo superarle e de-strutturare questi schemi abituali che creano quel senso di separazione che vediamo nel nostro mondo.

Se il mondo deve cambiare in un modo che sia di beneficio per tutti allora la realizzazione di ciò che sei è PUNICO modo. Realizza ciò che sei e quando VEDI che tu sei l'immobilità che sta dietro tutte le azioni del mondo, il cambiamento avverrà. Dall'Essere quell'immobilità tutto accadrà da sé.

Capitolo 48 del Tao Te Ching

Nella ricerca della conoscenza, ogni giorno qualcosa è acquisito.

Nella ricerca del Tao, ogni giorno qualcosa è lasciato andare.

Sempre meno e sempre meno è fatto

Fino a che la non-azione è raggiunta.

Quando nulla è fatto, non c'è nulla che resti incompiuto.

Il mondo è governato dal lasciare che le cose prendano il loro corso.

Esso non può essere governato dall'interferire.

Lao Tzu

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Sentire la paura

Non c'è nulla di male con l'essere preoccupati di quello che sta accadendo nel mondo, ma se ci identifichiamo con questo, allora desensibilizziamo il corpo e soffriamo. La paura può invece essere usata per rivitalizzare il corpo e portare focus sulla mente: quando questo è chiaro possiamo dare il benvenuto alla paura nel riconoscimento che possiamo beneficiarne.

Viviamo in tempi strani al momento e chiunque non senta paura è o illuminato o ha un problema mentale, ma non sono certo quale dei due casi sia il mio!

Quello di cui ho parlato per anni, sta ora accadendo e se possiamo affrontare questo e non nasconderci nella speranza che andrà via, tutto potrebbe allora cambiare per il meglio e usciremmo da questa situazione tutti più forti in noi stessi. Se siamo capaci di essere aperti e permettere all'impatto dell'informazione di essere sentito, esso ci guiderà al nostro vero Sé. Sì, dovremo affrontare sensazioni come il sentirci senza possibilità di aiuto o di inutilità, ma se queste sensazioni saranno sentite appieno arriveremo a un luogo in noi stessi in cui siamo il potere che crea l'universo. Questo è dove il cambiamento per TUTTI può accadere, SOLO da lì. Tu non sei solo in questo, in quanto molti stanno realizzando ciò che sta accadendo e sono pronti a essere aperti, senza nascondersi, così che portare un cambiamento è una possibilità.

Non ci sono piani o strategie che cambieranno la situazione attuale su questo pianeta. Solo attraverso il permettere che quello che vediamo e ascoltiamo abbia il suo effetto su di noi senza negarlo esso porterà quel cambiamento tanto necessario. "Io" è il potere più grande che esista e solo l' "Io" può cambiare il sogno del mondo. Ciò che è richiesto adesso è che prendiamo ciò che sta accadendo per affrontare qualunque cosa sorga come reazione e che restiamo presenti a essa fino a che "Io" non si riveli. Ci stiamo volgendo verso un tempo di illuminazione di massa, di consapevolezza conscia del fatto che siamo tutti lo stesso Essere, questo è qualcosa che sta già accadendo. La paura appartiene a quel qualcuno che si immagina di esistere, l'ego, e questi morirà nel fuoco della paura lasciando dietro di sé ciò che non muore mai e che non è mai minacciato, "Io".

Questa è la nostra avventura.

Nessuno da illuminare

Nell'intraprendere un cosiddetto cammino spirituale l'illusione fin dal principio sarà quella che ci sia un'entità, un qualcuno dentro il corpo-mente, che sta cercando l'illuminazione. Questa illusione non è affatto vera, è appunto un'illusione, non c'è davvero un qualcuno. E solo un pre-concetto della mente e basta. Basandosi su questo pre-concetto la mente dà le sue istruzioni A un immaginario qualcuno riguardo a COME questo immaginario qualcuno possa ottenere l'ILLUMINAZIONE.

Illuminazione è il vedere, da parte di nessuno, che non c'è nessuno. Illuminazione è quel momento in cui è realizzato che non c'è nessuno nella forma umana e che non c'era mai stato e mai ci sarà. Com'è allora possibile, basandoci sul pre-concetto che è sbagliato fin dal principio che ci sia un qualcuno, rimuovere proprio qualcuno che non esiste, applicando un'azione deliberata, intenzionale per togliere questo qualcuno?

L'intero concetto di un qualcosa, di un evento chiamato illuminazione esiste in questa idea che ci sia QUALCUNO presente che possa ottenere l'illuminazione. Il qualcuno che non è altro che un pre-concetto della mente. L'illuminazione dunque non esiste, perché non c'è qualcuno che la possa ottenere. Il che ci lascia con QUESTO soltanto, con ciò che è, l'apparizione manifesta nel Nulla. Ciò che è già il caso. Anche adesso lo è. Questo significa che il momento in cui la mente si è convinta che c'è qualcuno, essa inizierà a passare il tempo a creare modi per rimuovere quello che non è mai esistito, se non come un'idea, un'idea che la mente stessa intrattiene di questa immaginaria entità.

Chiaramente questo è ridicolo. Questa è come un'ombra che cerca di raggiungere una scopa fatta di ombra con una mano d'ombra con l'intenzione di auto-cancellarsi. Tutto ciò che è richiesto fin dal principio è di guardare per vedere direttamente se qualcuno sia presente se non come un'idea, come una cosa, come una entità. Non si troverà nessuno e ciò che sta guardando è Nulla.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Me + Te = Uno

Di cosa consiste in realtà la Vita? Non parlo delle nostre cosiddette vite private e personali, ma della Vita nel suo insieme. Perché tu o io possiamo fare esperienza della Vita ci devono essere due cose presenti, un'esperienza e un qualcosa che fa quell'esperienza. A dispetto di cosa sia esperito, sia esso negativo o positivo, queste apparenti due cose devono esserci, senza di esse non ci sarebbe esperienza. Ciò che dovrebbe esserci chiaro, eppure per qualche ragione non lo è, è che facciamo esperienza del nostro corpo alla stessa maniera in cui facciamo esperienza di qualunque altro oggetto, ovvero come di qualunque altra cosa.

In qualche modo ci siamo un po' confusi a livello di identità con l'esperienza e abbiamo perso di vista ciò che fa esperienza e notiamo appena questo fatto. Reclamo che il corpo sia ciò che sono quando in effetti questa non è la mia esperienza di prima mano. La mia esperienza di prima mano è che "io", qualunque cosa essa sia, non è il corpo, ma ciò che conosce il corpo in quanto esperienza. Io faccio esperienza del mondo, di cui il mio corpo è solo una parte, e quindi ovviamente sono ciò che fa esperienza, eppure in qualche modo sono caduto in caso di "scambio di persona" e reclamo di essere il corpo, che è invece una mia esperienza e lo prendo come ciò che sono.

Se rivendico questo come vero, sto reclamando di essere un oggetto così come ogni altra cosa nel mondo è un oggetto. Eppure è chiaro che l'oggetto non è ciò che fa l'esperienza, ma l'esperienza stessa. TUTTA l'esperienza del mio mondo, incluso il mio corpo, è ESPERITA e tutte queste cose sono esperite da un qualcosa che ne fa esperienza. Quindi se il corpo non è ciò che "Io" sono, allora "Io" deve essere parte di qualcosa di diverso dal corpo, qualcosa che in sé è assente di ogni esperienza. Come soggetto di ogni esperienza oggettiva - e tutta l'esperienza È oggettiva — "Io" deve essere il soggetto e come questo "Io" soggettivo non posso essere in me stesso un oggetto. Io non sono l'oggetto e quindi non posso essere io stesso un'esperienza, ma l'assenza di una esperienza. Come assenza dell'esperienza sono una non-esperienza che può prendere la forma di ogni esperienza della Vita, del mio mondo. Questo deve essere vero di ogni essere umano.

Noi, ognuno di noi, mentre appare come un oggetto separato, è in realtà la non-esperienza che fa esperienza del mondo attraverso la forma umana, che è in sé una parte della nostra esperienza. Noi quindi non siamo il corpo in sé. Il corpo è uno strumento per fare esperienza dell'esperienza umana.

Senza di esso "Io" non potrei fare esperienza d'Amore, di gioia, di tristezza, di dolore, di simpatia per gli apparenti altri o potrei fare alcuna altra esperienza che costituisce l'esperienza umana. Questo incredibile e complesso veicolo che è l'"Io", la non-esperienza, ha bisogno per poter fare esperienza della Vita di questo oggetto che per errore è stato chiamato "Io". "Io" non sono più questo corpo di quanto la mia auto sia "Io" quando mi dimentico che è il corpo che la guida. "Io" sono ciò che appare

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

dentro il corpo come una non-esperienza. In qualche modo questo fatto molto ovvio è stato ignorato, cosa strana visto che dovrebbe invece essere la più ovvia.

Se mi cerco come questa non-esperienza, questo "Io", cosa trovo? Di certo non un'esperienza! Infitti nulla, o piuttosto un niente una non-cosa, DEVE essere trovato. Vedo che sono assente dal concetto dell'essere un qualcosa. "Io" non sono una sensazione o un sapore o un odore o un colore o una forma, cose attraverso cui si possono piuttosto descrivere gli oggetti, ma sono l'assenza di tali cose. Sono una sorta di presenza in cui "Io" sa in qualche modo di essere presente, ma come cosa? Non ne ho idea, non posso descriverlo, eppure è ovvio che questo che non ha descrizione, ma è consapevole di sé, è ciò che sono, io sono Nulla.

Quindi deve essere lo stesso per tutte le forme umane, questa non-esperienza che vive attraverso la forma esperita e che fa esperienza del mondo. Se questo è il caso, allora è così! Questo è il luogo in cui incontro pienamente gli altri perché qui IO SONO gli apparenti altri, Questo è "Io" e "Io" dell'apparente altro è lo stesso Io. Nel vedere me STESSO come "Io" vedo che tutti gli altri sono lo stesso "Io". Quindi sebbene la mia esperienza esteriore del mondo sia che è piena di ALTRE persone, la mia esperienza interiore è che tutti gli ALTRI non sono altro che me Stesso. Siamo tutti lo stesso Sé, UN UNICO SÉ, il proprio vero Sé è SE STESSI! Tutti i miei immaginari problemi con gli "altri" sono basati su una identificazione errata.

Quindi i miei cosiddetti problemi personali sono basati su questa idea che se fossi un limitato essere umano all'interno di un corpo, quando invece la Verità è che "Io" è in tutti i corpi, io sono illimitato.

Tutti gli esseri umani sono quindi questo. Il problema del conflitto, della guerra, dell'odio e di tutte le attività basate sul senso di separazione con gli immaginari altri si dissolvono qui nella realizzazione di questo "NOI", che in sé è un'illusione, sono tutti "Io", tutti lo stesso Sé che funziona attraverso ogni forma. Tutti i problemi dell'umanità sono basati su questo preconcetto sbagliato di separazione, questa identificazione scorretta di se stessi.

È tutto basato su un caso di "scambio di identità". L'unico modo quindi per risolvere TUTTI I problemi sia personali che i problemi di TUTTA l'umanità in tutto il mondo è vedere con chiarezza ciò che "Io" è. Quando so che sono te e tu sei Io, che siamo tutti "Io" finalmente l'Amore è ciò che è vero di noi. Quando l'azione davvero sorge dal riconoscimento conscio di questo Amore tutta l'azione servirà sia se stessi che il Sé. La realizzazione e il risveglio di ciò che siamo è la risposta a TUTTI i problemi dell'umanità.

Tu sei l'esperienza o CIÒ che fa l'esperienza?

Guarda da te perché solo tu sei l'autorità di formulare la risposta. È ciò che chiamiamo Io una cosa o

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

quel consapevole nulla che sta leggendo queste parole ATTRAVERSO il corpo?

Se vedi questo con chiarezza allora hai appena realizzato che ciò che hai letto è il tuo proprio messaggio per te stesso.

Bentornato a casa, al luogo che non hai mai lasciato!!!

“Meno consapevoli di quello di cui dovremmo essere più certi,

la nostra essenza trasparente come vetro. ”

William Shakespeare

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Sii Te Stesso

Nel 99% delle volte nella nostra vita il 99% delle persone che incontriamo ci dicono come DOVREMMO essere e quanto siamo sbagliati.

Poi viene un momento in cui una piccola voce dentro dice
BASTA! SONO ME STESSO! Non posso essere altrimenti!

Da quel momento la matematica cambia...

Le persone che incontriamo iniziano a essere sempre più in accordo con quello che facciamo o diciamo,

con il nostro essere in accordo con noi stessi.

Allora anche coloro a cui non piacciamo ci rispettano,
proprio perché onoriamo e rispettiamo noi stessi.

Come potrebbe essere altrimenti? Quando dall'inizio alla fine tutto è un unico Sé, il nostro stesso Sé.

Non ci sono altri quando l'Amore è vero.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna



Sannyas

Foglie vanno
Dove il vento le soffia,
dove il respiro del Divino le porta.
Essere Uno con la Vita stessa
Tutto quello che è richiesto
È di non avere ancora
E danzare liberi.

Non c'è danzatore,
C'è solo la danza,
siamo tutti catturati
nel Respiro che sorge
dall'Immobilità
dell'Essere.

A volte due foglie o più
Sono soffiate insieme
Giù per la stessa strada
Nella stessa direzione
Per un po' insieme
E poi di nuovo divise.

È possibile che esse si incontrino di nuovo
Quando la stessa brezza che le guida
E le separa
Le unirà nel suo turbinio.

Questo è il modo in cui ci incontriamo e ci lasciamo nella Vita
Siamo catturati dalla corrente
Del respiro del Divino.

Essersi lasciati andare in questo
È riposare nelle mani
Del Divino.

QUESTO È SANYAS,

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Permettere,
Andare, venire,
Osservare senza interferire,
Solo Essere,
Sapendo tutto il tempo
Che ogni cosa è il volere dell'Esistenza
E alla fine, il proprio.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

L'aiutante

Ciò che diventa chiaro dopo un periodo di ricerca conscia è che la niente basata sull'ego vuole sempre essere di aiuto nel raggiungimento dell'illuminazione. Questa è una strategia per mantenere l'immagine che si ha di sé come autore delle azioni o il controllore di ciò che sta semplicemente accadendo.

Qualunque forma di meditazione che mantenga un'intenzione proietta un momento nel futuro e fino a che quel momento immaginario nel futuro è intrattenuto a livello mentale lo sarà anche la continuazione del concetto di ego. Ciò che è necessario affinché accada il risveglio è la realizzazione che non c'è nessun passato o futuro, solo il momento che si è già dissolto quando è stato reclamato come esistente.

Nel vedere l'Uno non c'è né più un passato né futuro, se non come un pensiero che sorge nel momento, ma non c'è ADESSO! Il termine "Sii qui e ora" non ha un senso in tutto questo vedere perché dove è l'ORA?

Questa espressione inoltre implica che ci sia un qualcuno che sia qui e ora e questo non è vero. Non c'è e non c'è mai stato un qualcuno qui e ora, tale espressione si basa su una profonda ignoranza e viene data come un ordine — a partire da questa ignoranza — verso un immaginario qualcuno. C'è solo questo e questo è già passato nel momento in cui viene reclamato essere "questo", perché viene immediatamente rimpiazzato da un nuovo "questo".

Infatti a meno che la parola QUESTO si riferisca in modo diretto alla Consapevolezza, che è il permanente "questo", essa è una parola usata in modo scorretto. Consapevolezza è una presenza immutata, permanente, persino in quei momenti in cui l'attenzione è sugli oggetti e quindi non consapevole di sé. È SEMPRE presente come QUESTO che non può essere descritto, perché non è una cosa in quanto tale, è indescrivibile per il fatto stesso che non ha una descrizione.

Di solito quando avviene un'esperienza che la mente ha reclamato essere illuminazione si afferma con stupore l'espressione, "wow è indescrivibile". Questa è la descrizione di un qualcosa, NON di nulla. Nel momento della realizzazione non c'è uno "wow" ma al massimo uno "wow" gentile, una sorta di "AH! Questo!" in tutta la sua ovvietà, la sua totale familiarità.

Il cosiddetto ricercatore spirituale è stato riempito di stupidaggini da blaterio spirituale e confronta questo no-sense contro tutte le esperienze che incontra in attesa che esso combaci con quelle esperienze a conferma che l'illuminazione sia avvenuta. Il momento di illuminazione è qualcosa che si conferma da solo e che non combacia con nessuna descrizione data in precedenza perché non ha una

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

descrizione.

Nessun aiuto di nessun tipo è necessario da parte dell'ego per eliminare l'ego in quanto immaginaria entità nel momento in cui si vede che l'ego è solo una attività.

Qualunque aiuto o sforzo fatto con un'intenzione garantirebbe la continuazione del concetto di ego facendo sì che esso resti intrattenuto nella mente come entità immaginaria.

Questo non significa che ci debba essere un astenersi dalle esperienze, in effetti le esperienze sono accolte in modo ancora più pieno che mai perché non c'è nessuno che le rifiuti e quindi sono accolte ed espresse in modo totale. Vengono, restano come espressione temporanea e si dissolvono, lasciando dietro QUESTO che NON è una esperienza. Tutto sta semplicemente accadendo, a nessuno.

Troppo spesso si vedono in giro aiutanti che offrono soluzioni — nella forma di un agire deliberato — ad un immaginario qualcuno che possa quindi fare qualcosa per far accadere il momento in cui si realizzi che non esiste un autore delle azioni. Ma è solo l'azione che accade a partire dall'immobilità che la rilascia e fa sorgere poi un'altra "bolla" di attività. Questo è lo scherzo, è lo scherzo Divino, perché TUTTA l'azione è un'azione Divina. Colui che si immagina possa resistere a questa realizzazione e colui che immagina di non resistere più sono entrambi attività dell'Uno.

Nessuno realizza e nessuno non realizza, sono entrambe azioni impersonali, che sorgono come sensazione o pensiero, sono testimoniate dalla Consapevolezza Vuota, da nessuno.

Quando questo è visto con chiarezza è ovvio che tutto il vedere è visto, testimoniato, dallo stesso Essere e che questo Essere stesso è ciò che si manifesta in modo temporaneo come le cose, anche se in se stesso resta quel nulla in cui la manifestazione accade, tutto è Uno.

Questo allora è "Io", Io sono il nulla da cui tutto si manifesta E la manifestazione stessa. Questo è vero di tutti noi, perché non c'è un NOI, c'è solo Io.

Io sto apparendo come te e me, come questi oggetti apparentemente separati in tutte le circostanze. Quindi non c'è separazione, ma solo apparente separazione, la prima è una CREDENZA e la seconda è una cosa VISTA. La prima è solo un'illusione della seconda, il testimoniare, in quanto non c'è un vero testimone ma solo testimoniare. Attraverso l'intera creazione c'è solo azione e nessun autore.

"C'è azione ma non ne esiste autore"

Il Buddha

C'è quindi scrivere ma nessuno scrittore, un verbo ma non un sostantivo.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

In caduta libera

Il modo in cui si entra in una nuova situazione di vita è il fattore decisivo di come si attraverserà quella situazione. Il come la si attraverserà decide a sua volta il suo esito e l'ulteriore dispiegarsi delle circostanze esterne della propria vita. Se è presente paura quando ci si avvicina ad una nuova situazione, sarà allora questa paura che detterà il risultato di ciò di cui verrà fatta esperienza. Ci sarà dunque un attenersi e restare attaccati a ciò che ci si immagina di conoscere già.

Se non c'è paura presente, il risultato dipenderà e sarà dettato da questa mancanza di paura. Ci sarà un dare il benvenuto a ciò che arriva, una volontà a entrare nello sconosciuto con fiducia. Questo è vero in ogni e ciascuna circostanza dove veniamo confrontati con una situazione per cui non abbiamo nessun tipo di impronta, di cui non abbiamo alcuna esperienza precedente.

Considerando che c'è la possibilità di un tanto decantato cambiamento quantico, nelle prossime settimane, verso una predetta "nuova dimensione"; siamo pronti a questo salto nella coscienza? Se in precedenza siamo stati aperti e pronti a risvegliarci a questa possibilità, avremo in modo naturale incorporato l'informazione al punto di intuirlo. Quando abbiamo compreso intuitivamente qualcosa, allora non possiamo temerla, in quanto la nostra paura di qualunque cosa è sempre dovuta all'ignoranza che abbiamo a riguardo. Se quindi capiamo, al punto di comprendere intuitivamente, allora la paura non può essere presente in quella particolare circostanza.

Questo significa piuttosto semplicemente che quando entriamo in qualunque nuovo momento nella nostra Vita in modo aperto e senza paura, è perché siamo stati aperti in precedenza a quella certa informazione che ci è stata data, e quindi siamo stati preparati a questo nuovo momento. Il concetto di vivere in una nuova dimensione richiede l'essere aperti e incorporare e incamerare molte informazioni che sembrano risiedere un pochino oltre i normali confini della salute mentale; dato che non avremmo un'impostazione pregressa in questa realtà tridimensionale per quello che potrebbe arrivare in una nuova dimensione.

Forse questo salto quantico non accadrà; ma in un certo senso non importa. Se c'è la volontà, la prontezza ad abbracciare qualunque cosa la vita porti in ogni e ciascun momento della giornata: questo sarà in se stesso un fare un passo verso l'ignoto e un lasciare andare lo ieri, sarà un distacco dal passato. In questo modo si è già in una nuova dimensione e la Vita può e potrà muoversi in un modo magico e senza limitazioni, senza paura.

Perché aspettare un'altra giornata o persino un nuovo momento per ciò che le predizioni promettono che sta per venire? Se si è aperti e volenterosi a ricevere il nuovo, allora il salto è già accaduto, e ciò che è promesso da un mondo governato dal carbonio sette in un momento del futuro, sarà scoperto esser qualcosa che era già qui da sempre. In questo modo un'altra dimensione sarà solo un'altra

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

esperienza, un altro nuovo giorno come tutti quelli di cui hai già fatto esperienza.

Fidati e lascia andare, semplicemente salta senza vedere se o dove atterrerai: in questa caduta libera e sarai libero, libero da quel te di ieri. La vera libertà è libertà dal concetto di essere un qualcuno. Questa realizzazione che non si è una persona È la nuova dimensione.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Risognare il mondo

Nella tradizione tolteca un essere umano nasce nel sogno di un altro essere umano che ha raggiunto un punto di comprensione intuitiva tale da dargli la capacità di risognare il mondo.

Colui che ha questa capacità è conosciuto come il Maestro del Sogno. Egli infatti ri-arrangia il sogno della Vita in modo tale che le circostanze esterne danno una capacità più grande a coloro che sono vivi a quel tempo di realizzare anch'essi la loro la capacità di diventare un Maestro del Sogno.

Il desiderio più profondo del Maestro del Sogno è quello di realizzare lui stesso questa capacità di risognare il mondo, mentre il secondo desiderio è che tutti coloro che sono vivi nel sogno in quel momento realizzino anch'essi la propria capacità di risognare il mondo.

Il primo passo verso questa abilità di sognare il mondo è quello di rendersi conto che emozioni e pensieri sono gli elementi costitutivi, i mattoni, di ciò che appare esteriormente come il mondo stesso.

Una volta che si è realizzato questo, l'abilità di creare un nuovo mondo si sviluppa. Fin da subito questa iniziale realizzazione dà inizio ad un nuovo disegno del mondo stesso.

In questo processo si ritorna allo stato naturale e si riacquista la capacità di vedere attraverso gli occhi dell'amore, un amore che è a quel punto la mano che guida il dipingere una nuova immagine del mondo.

Si tratta della capacità di sognare un mondo in cui tutto il beneficio è qui grazie a tutti coloro che hanno raggiunto la posizione di Maestro del Sogno, sia ora che in passato.

Sei pronto a lasciar cadere tutte le convinzioni su cui finora ti sei appoggiato, che sono tutte informazioni di seconda mano, e a cominciare a sognare quel mondo che desideri vedere manifestato?

Questa capacità è tua in questo momento, è il tuo diritto di nascita.

"Beati i sognatori, perché erediteranno il mondo", Gesù Cristo.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Sorpresa

La gioia della Vita stessa risiede nella sorprese, cosa sarebbe infatti la Vita se uno conoscesse tutto il suo futuro prima che esso accadesse? Varrebbe la pena vivere?

Ogni cosa che accade a noi succede e basta, non può esser fatta accadere e non può non essere fatta accadere, è solo lì in attesa.

C'è l'illusione che ci sia un qualcuno che sia in controllo della vita e che questo immaginario qualcuno possa decidere su quel che deve accadere e quello che non deve accadere. Se questo fosse vero non ci sarebbe sofferenza, e invece c'è.

Fino a che è presente questa idea, che ci sia un qualcuno che possa cambiare ciò che avviene, ci sarà sofferenza. Quando questo concetto cade, anche la sofferenza se ne va, dato che il qualcuno che faceva resistenza non è più presente. Quando accade un lasciare andare, colui il volere di colui che si immagina di essere separato si arrende al volere del Divino, dato che si vede che quel qualcuno di separato in realtà non esiste.

Ogni dettaglio di tutte le circostanze che sembrano comporre la propria apparente vita personale non è affatto personale. La Vita accade senza il consenso di colui che si immagina di essere una persona.

La Vita semplicemente accade.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

La strada verso casa

Dopo aver letto quello che avevi da dire sulla tua infanzia, posso risponderti che è qualcosa di molto simile alla mia esperienza di bambino. Anche io ho dovuto guardare mia madre fare delle cose, principalmente a me, che andavano oltre la normale educazione impartita ad un bambino.

Per mia esperienza, e anche di ciò che ho visto in altri riguardo tali argomenti, non credo per un solo istante che la risposta stia nel passato e nel richiamare vecchie memorie come se una soluzione potesse trovarsi in quella direzione. Non incoraggio nessuno a riscoprire memorie che sono comunque basate sull'idea che esse appartengano ad un qualcuno o che siano accadute ad un qualcuno. Fino a che intratteniamo l'idea che lavorare sulle memorie del passato sia il modo di andare avanti, andremo continuamente indietro e la mente alla fine creerà false memorie di quello che è accaduto, questo è il gioco dell'analisi.

La risposta è la stessa che ti ho dato da quando ci siamo incontrati. L'energia che sorge prima dell'apparizione della memoria è ciò che è importante e questo è l'UNICO modo di andare avanti nella rimozione degli effetti di certe esperienze del passato. Non si hanno SEMPRE delle memorie, se però quando sorgono uno si tuffa a giocarci, allora si prolungheranno nel tempo e si rinforzeranno al punto che il loro proseguimento sarà garantito. Quindi la risposta è semplicemente restare al livello della sensazione che sta prima del sorgere di quelle storie mentali che provengono dalla sensazione stessa.

Dico semplicemente, anche se all'inizio è ovvio che questo non sia semplice affatto e quindi ci vuole un po' di fiducia che questa sia la strada da intraprendere. Questa fiducia lascia poi spazio ad un tipo di conoscenza che più in là lascia spazio ad una comprensione più alta di come le cose si sono mosse nella giusta direzione man mano che le storie mentali sono cadute e le sensazioni sono a loro volta grandemente scemate.

Ciò su cui mettiamo la nostra attenzione è nutrito dalla nostra attenzione. La nostra attenzione è la prima attività che sorge dal Nulla dell'Essere e quindi crea quello che intende trovare in ciò che sta cercando. Questo significa che qualunque storia su cui la nostra attenzione si posi crescerà, piuttosto che diminuire.

Ho incontrato molte persone che sono state in "cura" psichiatrica, e conosco molti che si sono rivolti ad un aiuto psicologico, un passo che è in una direzione migliore per quanto mi riguarda, anche se da esso non ho mai visto risultati che si possa dire abbiano davvero apportato un bilanciamento naturale. Ci sono sempre dei residui che restano dopo l'analisi e nel caso della psichiatria e dell'uso di medicine tutti i problemi alla fine riemergono.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

La prima cosa che è richiesta è realizzare che nessuno può sciogliere quel nodo di confusione per te e che quindi tu stessa non puoi farlo attraverso alcun metodo. Stare con la sensazione che precede l'apparire di una storia mentale che altrimenti si rinforza all'infinito è l'unico modo di uscire dal labirinto della mente. Questo implica non fare assolutamente NIENTE, permettere alle cose di essere come sono, e notare ciò che sorge senza essere attratti dai vari schemi che la mente ha creato per evitare di toccare quelle sensazioni.

Queste sensazioni sono la porta da ATTRAVERSARE per andare oltre la giungla dei pensieri E delle sensazioni. Queste cose appartengono alla mente che è divenuta molto confusa a causa di una cattiva programmazione da parte di persone che a loro volta sono state programmate male da gente che lo era e così via.

Quando ho scoperto come era stata l'infanzia di mia madre, molti anni dopo che l'effetto di quello che mi aveva fatto era ormai scemato, ho sentito solo tristezza per lei e per quello che aveva attraversato. Lei stessa lo ha sentito e ha riconosciuto che questo era il modo di riconnettersi con me, sebbene non l'avessi incontrata per 26 anni. La nostra nuova relazione era a quel punto fresca e aperta e ci ha lasciato liberi di essere in compagnia l'uno dell'altra. Quindi come dico sempre STAI CON LA SENSAZIONE!

L'andare nella storia non serve assolutamente a nulla per rimuovere il problema, cosa che le storie stesse sono. Anche restare a livello delle sensazioni con l'intenzione di farle andare in una certa direzione è inutile, in quanto questa intenzione arriverà dal gioco problematico della mente. Rileggi queste parole se necessario più volte fino a che non vedrai con chiarezza quello che viene affermato.

Questa NON è una nuova informazione su come risolvere un problema della mente ma una informazione che ha in sé un semplice e unico messaggio. I problemi non possono essere risolti, spariscono quando sono DISSOLTI, e nulla di essi resta.

La mente ha sviluppato molte strategie per evitare di toccare quelle sensazioni che sorgono prima del mentale e quindi ci sono degli schemi che portano ad evitarle, ma se l'attenzione resta sul naturale dispiegarsi delle sensazioni stesse, senza muoversene via, quelle sensazioni cadranno.

Quando questo accade non ci sarà nulla, nessuna attività mentale e nessuna sensazione; e in questo c'è libertà, una libertà dal problema originale, ovvero l'idea che di essere una persona. Tu e io e tutti gli altri esseri non siamo quello che crediamo di essere, siamo questo che resta quando tutto quello che può essere classificato come personale cade via.

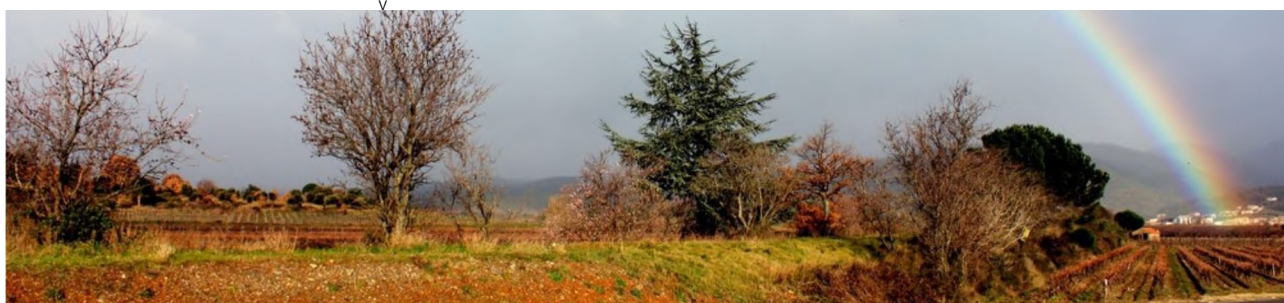
Siamo NULLA, Vuoto, impersonale e libero.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

Questa è la strada verso casa, non c'è altra porta.

Possa tu riconoscere quello che è scritto qui e passare attraverso questa porta senza cardini che non hai mai in realtà lasciato.

Tra l'indice e il pollice tenevo la luna



Tra l'indice e il pollice tenevo la luna

La vita è bella

La Vita è bella

La Vita è davvero meravigliosa

Tutto ciò che appare

Sta sorgendo in me.

Io non è il corpo

Io non è la mente

Io è la Presenza in cui queste cose scopro.